

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 44 (1968-1969)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Die geistige Regsamkeit  
**Autor:** Roos-Glauser, Heidi  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1079011>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Die geistige Regsamkeit



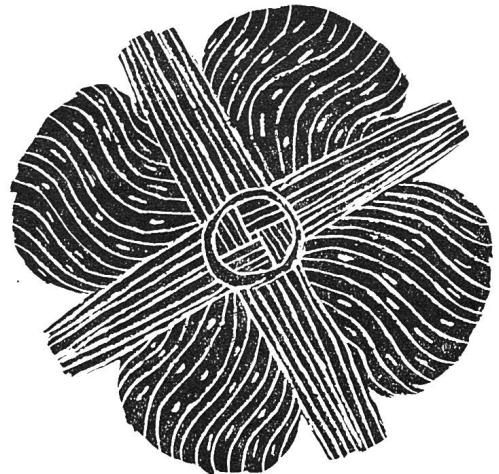
«Es gibt halt eben doch nichts Geisttötenderes als die Arbeit einer Hausfrau!» seufzte neulich eine junge Frau, und in dem Satz schwang etwas von jener heimlichen Angst mit, der man noch immer begegnet, die Angst vor dem «Versimpeln», die Angst, als Hausfrau nicht mehr ganz voll genommen zu werden.

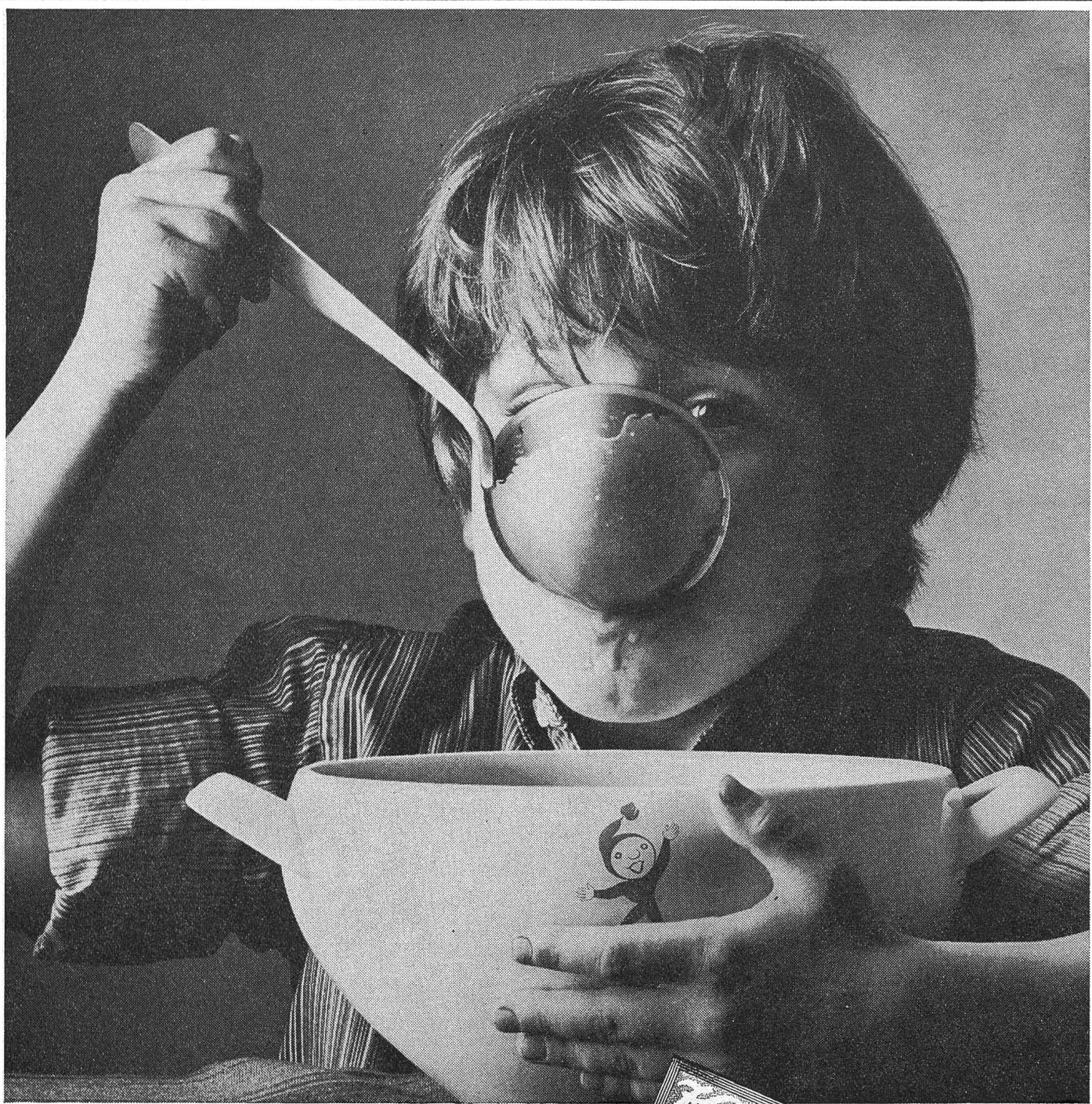
Was an unserer Arbeit ist es denn, das so mächtig, so wirksam wäre, daß es unseren Geist gleich abzutöten vermöchte? — Ich gebe zu, man kann selbst ein anspruchsvolles Mahl kochen, ohne sich geistig groß anzustrennen. Man kann die Fenster klar reiben, ohne vorher tiefesinnige Ueberlegungen anstellen zu müssen. Aber — wenn wir nicht dauernd zu geistiger Großleistung gezwungen sind, heißt das denn gleich, daß wir unseren Geist verkümmern lassen müssen?

Gewiß, unser Alltag besteht zu einem guten Teil aus Routinearbeit, und Routine kann etwas Lähmendes haben. Immer wieder machen wir die gleichen Schritte, immer wieder führen wir die gleichen Bewegungen, die gleichen Handgriffe aus, und dies Tag für Tag, jahrein, jahraus. Manches tun wir längst mechanisch und gedankenlos. Aber: Wo ist der Beruf — ausgenommen vielleicht der des Künstlers —, in welchem nichts zur Routine wird? Und gibt es nicht unzählige Berufsleute, die wesentlich mehr nur bloß mechanische Arbeit verrichten müssen als wir? — Gerade, weil die Routinearbeit unsere geistigen Kräfte wenig beansprucht, können wir diese anderswo sinnvoll einsetzen. Ich denke dabei gar nicht in erster Linie an eine zusätzliche außerhäusliche Betätigung ausgeprägt «geistiger» Natur. Es wäre ein Irrtum, zu meinen, allein die Fähigkeit, mathematische Formeln abzuwandeln oder historische Essays zu schreiben, verbürge eine geistige Regsamkeit!

Ich glaube, wir verfallen immer wieder in den gleichen Fehler: Wir sehen das schmutzige Geschirr, die ungebügelten Hemden, den spinnwebverhängten Keller vor uns und nehmen dies für «unsere Welt». All das, was täglich getan werden muß, alle manuelle und hauswirtschaftliche Arbeit, alles Routinemäßige ist aber nur ein Teil unserer Welt. Wir sind ja nicht bloß vertraglich angestellte Haushälterinnen zufälliger Wohnpartner, für deren leibliches Wohlbefinden wir zu sorgen haben, wir stehen im Mittelpunkt einer Familie, unserer Familie, um deren geistige und seelische Gesundheit uns mindestens soviel zu tun ist wie um die körperliche. Wieviel aber kann nicht schon die kleinste Gemeinschaft von Menschen einem zu denken aufgeben! Wieviel Anregendes — und Aufregendes! — wird nicht dauernd an uns herangetragen, wieviele Probleme und Sorgen, wieviele Hoffnungen und Enttäuschungen. Bei all unserem Anteilnehmen und Mittragen, wird da nicht im Grunde ein gewaltiger geistiger Einsatz von uns gefordert? Müssen wir nicht ständig unsere Lage neu überdenken, um hier einen Ausweg aus einer verfahrenen Situation zu finden und dort die bestmögliche Lösung eines heiklen Problems zu suchen?

Vielelleicht könnte uns gerade die Weihnachtszeit wieder einmal klar machen, daß Hausfrausein viel mehr bedeutet als nur dafür zu sorgen, daß jedes immer seine sauberer Socken und täglich seinen Teller Suppe hat.





# **"Suppentiger"**

und vor allem deren Mütter profitieren vom  
günstigen Knorr Trio-Pack.

**Knorr**  
**Trio-Pack**

... günstig



**neu**  
Sie sparen -25!